

دليل تربوي وعملي

حقيبة التدريب العملي والتأهيل المهني

دليل تطبيقي لتمكين ذوي الإعاقة الذهنية من مهارات الاستقلالية والدمج المجتمعي الفعال.

للكاتبة انتصار الخشت

جميع حقوق النشر محفوظة © ٢٠٢٤

حقيبة التدريب العملي والتأهيل المهني لذوي الإعاقة الذهنية

إعداد وتنسيق: الكاتبة/انتصار الخشت



الإهداء

إلى كل معلم ومعلمة يحملون قنديل الأمل في دروب التربية الخاصة..

إلى الأسر الصابرة المثابرة التي تؤمن بأن في كل طفل طاقة وقدرة تستحق أن تخرج للنور..

وإلى أبنائنا وبناتنا من ذوي الهمم، صناع الإرادة والبسمة الصادقة، نهدي هذا العمل المتواضع ليكون خطوة في طريق تمكينكم واستقلالكم.

المقدمة

يعد التدريب العملي والتأهيل المهني الركيزة الأساسية في رعاية وتمكين الأشخاص ذوي الإعاقة الذهنية، حيث يهدف بشكل رئيسي إلى نقلهم من دائرة الاعتمادية إلى الاستقلالية والدمج المجتمعي الفعال. إن تصميم البرامج التدريبية الموجهة لهذه الفئة يتطلب فهماً عميقاً لقدراتهم، واعتماد استراتيجيات تربوية قائمة على "تحليل المهارة" وتفتيت المهام الكبرى إلى خطوات إجرائية بسيطة يسهل محاكاتها وتكرارها.

وتأتي هذه الحقيبة التدريبية لتقدم دليلاً عملياً وتطبيقياً يستعرض مجالات التدريب الأساسية (المنزلية، الزراعية، الصناعية، والحياتية) مدعومة بالنماذج التطبيقية، لتكون مرجعاً مبسطاً وممنهجاً لكل من يعمل في مجال التربية الفكرية والتدريب السلوكي

الفهرس

المحتوى التدريبي كاملاً (حسب المجالات والأنشطة)

المجال الأول: مهارات الحياة اليومية والاستقلالية الذاتية

- **العناية الذاتية والنظافة الشخصية:** التدريب على غسل اليدين والوجه، وتنظيف الأسنان باستخدام لوحات بصرية متسلسلة توضع بجانب الحوض.
- **ارتداء الملابس:** التدريب المتدرج على التعامل مع الأزرار، السحابات (العدادات)، وارتداء الأحذية (البدء بأحذية الفيلكرو الشدّاد قبل الأربطة المعقدة).
- **المهارات المنزلية البسيطة:** ترتيب السرير، فرز الملابس ووضع المتسخ منها في السلة المخصصة، والمحافظة على النظافة العامة للمحيط الشخصي.

المجال الثاني: التدريب الزراعي والبيئي (المشاتل والدفيئات)

(توجيه للمدرب: راجع الصورة رقم ١ والصورة رقم ٢ في الملحق البصري في نهاية الكتاب).

النشاط التطبيقي: العناية بالنباتات والزهور داخل مشتل زراعي.

- تعبئة الأصص بالتربة المناسبة، وري النباتات بمقادير مياه محددة مسبقاً باستخدام أوعية معيارية.
- تطهير أوراق النباتات وقطف الزهور الجافة وتنسيقها.
- **القيمة التربوية:** يساعد هذا النشاط في تحسين التآزر الحركي البصري، وتهدئة المتدرب نفسياً عبر تفريغ الطاقات في أنشطة بيئية ملموسة.

المجال الثالث: التعبئة والتغليف والأعمال اليدوية المنظمة

(توجيه للمدرب: راجع الصورة رقم ٣، الصورة رقم ٤، والصورة رقم ٥ في الملحق البصري في نهاية الكتاب).

النشاط التطبيقي: فرز وطي الأوراق، تجهيز الأكياس الورقية، وإغلاق المظاريف.

- فرز المستندات أو المنتجات بناءً على الألوان، الأشكال، أو الأحجام في حاويات مخصصة.
- ثني الأوراق وتركيب القوالب الكرتونية البسيطة، واستخدام المواد اللاصقة الآمنة بمقادير محددة.
- **القيمة التربوية:** تعتمد هذه الأنشطة على خطوات تكرارية روتينية واضحة، وهي البيئة المثالية التي يشعر فيها ذوي الإعاقة الذهنية بالأمان والقدرة العالية على الإتقان والوصول للاستقلالية التامة.

المجال الرابع: الفنون والورش الحرفية الجماعية

(توجيه للمدرب: راجع الصورة رقم ٦ والصورة رقم ٧ في الملحق البصري في نهاية الكتاب).

النشاط التطبيقي: التشكيل، استخدام الألوان، وصناعة الفخاريات البسيطة.

- خلط المواد، وتشكيل الصلصال أو عجينة الورق، وطلاء القوالب الجاهزة.
- **القيمة التربوية:** يركز هذا المجال على الدمج الاجتماعي، حيث يتعلم المتدرب مهارات العمل الجماعي، مشاركة الأدوات مع الزملاء، والالتزام بالقواعد والتعليمات العامة داخل الورشة.

المجال الخامس: مهارات الضيافة وإعداد الطعام الخفيف

(توجيه للمدرب: راجع الصورة رقم ٨ في الملحق البصري في نهاية الكتاب).

النشاط التطبيقي: تحضير وجبة خفيفة (سلطة، شطيرة جبن)، وترتيب المائدة.

- غسل الخضار والفاكهة، استخدام ملاقط الطعام وأدوات السكب بأمان، ونقل الأوعية دون سكب المحتويات.
- مسح الطاولات، ترتيب الكراسي، وتجهيز الغرف لاستقبال الأفراد.
- **القيمة التربوية:** يؤهل هذا النشاط المتدربين للاعتماد التام على أنفسهم منزلياً، ويفتح لهم آفاق العمل في قطاع الفنادق والضيافة البسيطة.

دليل المعلم واستراتيجيات التدريب التطبيقية

لضمان نجاح الجلسات التدريبية، يُوصى باتباع القاعدة الذهبية:
"أسمعني وسوف أنسى، أرني ولعلي أتذكر، أشركني وسوف أفهم".
وتتمثل أهم الاستراتيجيات في:

1. **النمذجة (التقليد):** أداء المهمة كاملاً وببطء أمام المتدرب قبل مطالبته بالتنفيذ.
2. **الوسائل البصرية:** الاعتماد على جداول مصورة ومقاطع بصرية توضح خطوات العمل خطوة بخطوة.
3. **التدرج في المساعدة:** الانتقال من المساعدة الجسدية الكاملة (يداً بيد)، إلى المساعدة الجسدية الجزئية (من الكوع)، ثم المساعدة اللفظية أو الإشارية، وصولاً للاستقلالية.
4. **التعزيز الفوري:** تقديم المكافآت اللفظية والمعنوية الفورية عقب كل خطوة ناجحة لتثبيت السلوك الإيجابي.

نموذج تطبيقي لجلسة تدريبية عملية: تنظيف الطاولة

الخطوة	دور المدرب / المعلم	دور المتدرب
١. التمهيد	عرض أدوات التنظيف (بخاخ ماء + فوطة ناعمة).	التعرف على الأدوات وتسميتها بدقة.
٢. النموذج	المدرب يرش الماء ويمسح السطح بحركة دائرية واضحة.	الملاحظة التامة والانتباه للخطوات.
٣. الممارسة	توجيه يد المتدرب مساعدة (جسدية كاملة أو جزئية) للرش والمسح.	القيام بالرش والمسح بمساعدة التوجيه الحركي للمدرب.
٤. التقييم	تقليل المساعدة تدريجياً، والإشارة اللفظية لأماكن البقع المتبقية.	تنظيف الطاولة بشكل مستقل وبجودة مقبولة.
٥. الإنهاء	تقديم التشجيع الحار، وتوجيه المتدرب	إرجاع الأدوات للخزانة والشعور

الخطوة	دور المدرب / المعلم	دور المتدرب
	لإعادة الأدوات لمكانها.	بالفخر والإنجاز.

💡 إرشادات وتوجيهات تطبيقية لنجاح الجلسة:

استخدام المثيرات البصرية: يفضل وضع لوحة مصورة مكونة من 3 صور متتالية فوق خزانة الأدوات تشرح (1. رش، 2. امسح، 3. رجّع الأدوات) لتدعيم الذاكرة البصرية للمتدربين.

قاعدة التكرار: لا تنتقلي من مرحلة المساعدة الجسدية إلى المساعدة اللفظية إلا بعد تكرار الجلسة بنجاح لثلاثة أيام متتالية للتأكد من ثبات المهارة

الخلاصة

إن مخرجات التدريب العملي والتأهيل المهني تبرهن دائماً على أن الإعاقة لا تلغي الطاقة. من خلال هذه الحقيبة المقترحة، يتبين أن تنظيم البيئة التدريبية، واستخدام المثيرات البصرية والتعزيز الممنهج، يساهم بشكل قطعي في تحويل المهارات البسيطة إلى سلوكيات إنتاجية مستدامة تحمي كرامة الفرد الفكرية وتدعم اندماجه المهني كاملاً.









الختام

وفي ختام هذا العمل الموجه لأبنائنا من ذوي الإعاقة الذهنية، نؤكد أن الاستمرارية والصبر هما مفتاح النجاح في أي برنامج تأهيلي. نأمل أن تكون هذه الخطط والخطوات التطبيقية نافذة عملية يستفيد منها كل مهتم ومختص لفتح آفاق أرحب من التمكين والعطاء والعيش المستقل.

المراجع

1. الجمعية الأمريكية للإعاقات الذهنية والتنموية (AAIDD) - الأدلة التطبيقية للتأهيل المهني.
2. منظمة العمل الدولية (ILO) - أدلة دمج الأشخاص ذوي الإعاقة في سوق العمل وحقائب التدريب المحمي.
3. مناهج واستراتيجيات التدريب المهني في التربية الخاصة وتعديل السلوك - الأدبيات التربوية الحديثة.

ملحق الصور التوضيحية لمهارات التدريب (الملحق البصري)

- **صورة ١:** توضح مهارة العناية بالنباتات والتعرف على الزهور بالاستعانة بالوسائل البصرية وشاشات النمذجة.



• **صورة ٢:** مهارة قطف الزهور الجافة والعناية بنظافة محيط أحواض النباتات بشكل دقيق.



• **صورة ٣:** مهارة فرز وتعبئة الأكياس الورقية والمنتجات بالاعتماد على أسلوب المحاكاة والجلوس المباشر بجانب المتد



- **صورة ٤:** مهارة طي الورق وتجهيز المغلفات والعلب الكرتونية البسيطة باتباع المساعدة اللفظية والتوجيه التدريجي



- **صورة ٥:** نموذج يعرض جودة المنتج النهائي وإتقان صناعة وتجميع الحقائب الورقية يدوياً بعد تكرار التدريب.



- **صورة ٦:** استخدام طريقة النمذجة الجسدية الجزئية لتدريب الأفراد على تشكيل الصلصال وقوالب الفخار اليدوية.



- **صورة ٧:** مهارات التفاعل الاجتماعي المشترك وتبادل الأدوات والخامات بمرونة داخل ورش العمل الفنية الجماعية.



- **صورة ٨:** التدريب الممنهج على استخدام أدوات المطبخ وسكب المكونات بأمان لإعداد وجبات طعام خفيفة والاعتماد التام على الذات.



الكاتبة /انتصار كامل جفلان الخشت